

Bases de la dieta amerindia: el maíz, la yuca y la batata

Por José Pardo Tomás.

*Instituto de Estudios Documentales e Históricos sobre la Ciencia,
Valencia. Colaborador científico CSIC.*



Imagen procedente del llamado «Códice Fiorentino» relativo al cultivo y al uso ritual del maíz entre los náhuas

La base de la dieta de los pobladores del continente americano, en el momento de la llegada de los europeos, era radicalmente diferente de la que éstos conocían. En

primer lugar la ausencia de los cereales panificables típicos del Viejo Mundo, llamó poderosamente su atención, como es lógico. En segundo lugar, la ausencia asimismo de vid cultivada (había, en

cambio, especies de *Vitis* silvestres, pero no se aprovechaban) y de su producto máspreciado, el vino, les hizo muy patente desde el inicio del contacto con aquellas tierras que estaban ante un mundo muy diferente.

Así pues, no debe extrañar que, desde muy pronto, buena parte de las observaciones más atentas por parte de los hombres que llegaron a tierras americanas se dirigieran a averiguar qué «mantenimientos», como decían los castellanos de la época, integraban la dieta de los americanos. Las primeras narraciones de viajes y las primeras crónicas de Indias están plagadas de información sobre estos aspectos. Las descripciones de las plantas básicas, de la elaboración de los diferentes «panes», o de las diversas costumbres alimenticias, están presentes en todos estos escritos, empezando por los del propio **Cristóbal Colón** y terminando por los de la primera generación de cronistas, con los nombres de **Fernández de Oviedo**, **López de Gómara** y **Cieza de León**, a la cabeza.

En esta primera ocasión, nos detendremos solamente en tres de los productos básicos de la dieta amerindia, que, además con el tiempo, fueron totalmente asimilados por los pobladores del Viejo Mundo. Sobre todo, uno de ellos, el maíz, que acabaría siendo también parte esencial del entorno europeo y de la nutrición de sus habitantes en amplísimas zonas del continente, como por ejemplo el norte de la Península ibérica, o buena parte de la llanura del Po italiana.

Probablemente, el «mantenimiento» americano que tuvo una aceptación más temprana y que más pronto pasó a ser cultivado en suelo europeo fue la batata. Este mismo nombre, hoy castellano (como también el de boniato, aplicado a la variedad más dulce en algunas zonas de España), procede de uno de los vocablos taínos usados por los indios de



La irrupción de la dieta amerindia varió en buena manera el arsenal terapéutico de occidente («Códice Florentino»)

la isla Española para designar el tubérculo de la *Ipomea batatas* (L.) Poir., una especie de la familia de las Convolculáceas nativa del continente americano y completamente desconocida en el Viejo Mundo. Otro de esos vocablos taínos, en realidad el más usado por los indios, el de *age*, fue puntualmente registrado por los cronistas, pero no hizo fortuna en el castellano de la Península ibérica. Es importante señalar, en este sentido, que la palabra boniato, aplicada actualmente en el castellano de España, como hemos dicho, a la batata dulce, en el idioma taíno original no era más que un calificativo que se usaba para designar las variedades dulces de muchos productos, no sólo de la batata; también, la piña tropical o, como veremos más adelante, la yuca, tenían su variedad boniato.

Los primeros testimonios escritos nos hablan de semejanzas, formales o de sabor, de la batata con otros productos

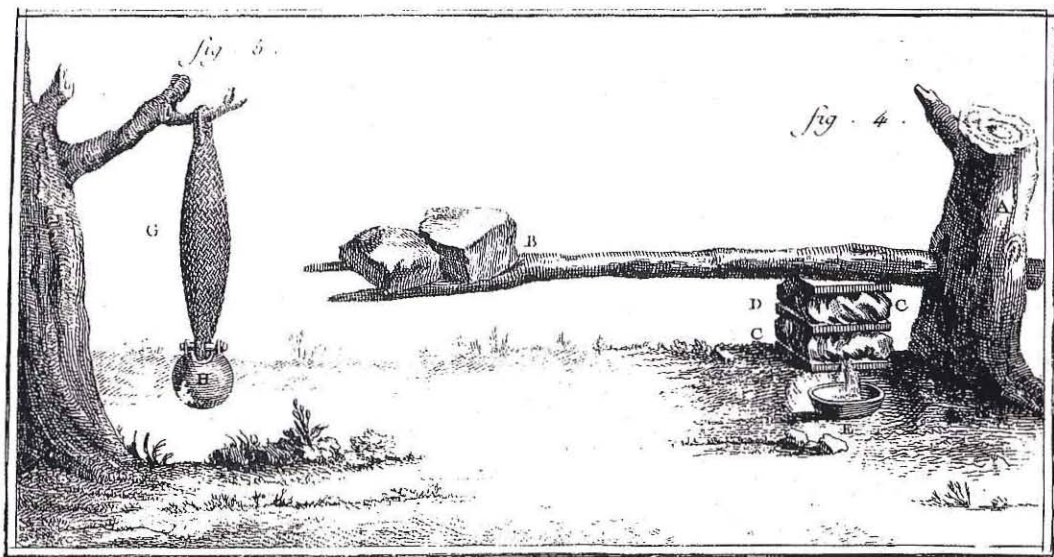
conocidos, aunque les costó a veces encontrar símiles lo suficientemente válidos como para que los lectores de tales escritos pudieran hacerse una idea cabal. Así, la batata para Colón era «como çanahorias que tienen sabor de castañas»; para otros autores contemporáneos, el sabor seguía siendo «a castañas», pero el tubérculo era «semejante a los nabos», para **Pedro Mártir de Anglería**, o «parecido a rábanos», para fray **Román Pané**; mientras que la planta de la *Ipomea* se asemejaba a la correhuela «o yedra tendida por tierra» para Fernández de Oviedo, el descriptor de las plantas americanas más metódico en su tiempo, sin duda alguna. Debemos a este autor también las primeras descripciones fiables sobre la riqueza y variedad de los diversos tipos de batatas, al menos en la zona antillana y caribe. Para las batatas de Nueva España, sin embargo, habría que esperar aún unos años, hasta la expedición de Francisco Hernández por aquellas tierras en los años setenta del siglo XVI, para tener una completa y compleja tipología de los diferentes *camotli* (el término náhuatl para la especie *Ipomea batatas* y otras afines) del altiplano mexicano.

En lo que sí coincidieron todos los autores fue en señalar la bondad y abundancia del producto, así como lo difundido de su cultivo en el área antillana y caribe. No es extraño, pues, que desde los primeros años de la colonización, se llevaran batatas de regreso a Sevilla y se pusiera en marcha su cultivo, tanto en Canarias, como en Andalucía y Castilla. «Yo mismo las he llevado hasta Avila», afirmaba Gonzalo Fernández de Oviedo, en 1535. Y unos años después, el médico sevillano **Nicolás Monardes**, experto precisamente en productos medicinales americanos, aseguraba que él y los demás sevillanos comían batatas cultivadas en Vélez-Málaga.



¿Qué «mantenimiento» seguían los indios? fue una pregunta ampliamente difundida en aquella época («Códice Florentino»).

Si la batata fue el primer producto alimenticio americano en introducirse ampliamente en España, es indudable, como ya apuntábamos antes, que el maíz fue el que más se extendió con el tiempo y el que más importancia adquirió (junto con la patata, que merece capítulo aparte) en la nutrición de amplias capas de la población europea. El maíz (*Zea mays* L.) es un cereal nativo de América, cuyo centro de domesticación inicial parece que fue Mesoamérica. De allí se debió difundir a todo el continente, puesto que a la llegada de los europeos, la agricultura del maíz aparecía ampliamente extendida. Pero el maíz no sólo era la base esencial de la alimentación de casi todas las civilizaciones mesoamericanas y andinas, sino que constituía también el centro de su economía, de su división social y, en una palabra, de su cultura. Desde los mitos, hasta los impuestos, pasando por el régimen de propiedad y las relaciones sociales, el maíz presidía la vida de los incas, de los mexicas y de otras culturas precolombinas. El aprovechamiento de la planta no se



Goussier del.

Benard fecit.

Grabado procedente de l'Encyclopédie de Diderot y D'Alembert en el que se refleja el método de prensado de los tubérculos de la «yuca brava» (*Manihot esculenta* Cranz).

limitaba a la elaboración del «pan de maíz» (tortas hechas a partir de la masa de harina del grano). Con el maíz elaboraban también bebidas, como el *atulli* de los mexicas o la *chicha* de los indios del Cauca, que los españoles llamaban «vino», en una clara demostración de su limitada capacidad para entender las culturas ajenas. También comían directamente el grano, tostado o cocido, incluso crudo, «tierno casi en leche», como decía el ya citado Fernández de Oviedo. El uso del maíz como elemento básico de la dieta en América iba acompañado de otras características. El déficit vitamínico de este producto, que tantos problemas de pelagra ha ocasionado, incluso en épocas relativamente recientes en las zonas europeas que introdujeron el maíz y lo convirtieron en un cultivo generalizado, era superado por los indios americanos de modos diversos. Por un lado, añadiendo cal en el proceso de molienda del grano, ayudando así a superar este

problema de nutrición. Por otro lado, las deficiencias nutricionales del maíz, sobre todo su moderado valor proteínico, eran tradicionalmente compensadas con la inclusión en la dieta de proteínas provenientes de las leguminosas, fundamentalmente el frijol (*Phaseolus* sp.). Por otra parte, el valor nutritivo de las bebidas fermentadas a partir del grano de maíz era elevado, en comparación por ejemplo con el vino de uva de los europeos, debido sobre todo a los valores relativamente altos de hidratos de carbono y al alto valor energético, procedente sobre todo de los polisacáridos que contiene especialmente almidón. De este modo, se explica que a los europeos les resultara extraño que, durante algunas épocas del año y en determinadas zonas, fueran las bebidas extraídas del maíz prácticamente el único alimento que tomaban los pobladores americanos. «Beben más que comen», decía el cronista del Perú, Pedro Cieza de León, de los indígenas

de la zona de la actual Colombia. Para terminar, hablaremos brevemente de la yuca. El tubérculo de esta Euforbiácea (*Manihot esculenta* Crantz.), llamado *cuaubcamotli* en lengua náhuatl, *mandioca* en guaraní y *yuca* en taíno, fue importado menos temprana y menos extensamente a Europa. Sin embargo, diversos autores coinciden en señalar que la yuca jugó un papel decisivo en la denominación europea del Nuevo Mundo. En primer lugar, porque fue el producto que conoció una transculturación más rápida; y, en segundo lugar, porque el pan elaborado con la harina del tubérculo rayado, el *cazabe* o *cazabi* de los antillanos, fue sin duda, debido a sus buenas cualidades de conservación, el alimento que más pronto y de manera más general aprendieron a preparar y consumir los europeos en cualquier punto de la zona intertropical de América.

La yuca, antes de la llegada de los españoles, era el cultivo fundamental entre los pobladores del norte del subcontinente americano meridional (valles de la cuenca del Orinoco y costas de Tierra Firme) y en gran parte de los del área antillana. Pero la variedad de yuca de esta última zona tenía una especial particularidad, que tuvo que ser tomada muy en cuenta por los colonizadores y les obligó a aprender a identificarla y a prepararla convenientemente. Esta variedad de *Manihot esculenta*, llamada «yuca brava», era tremendamente venenosa, si no se preparaba previamente el tubérculo, con un método que los indígenas conocían muy bien: debía extraerse todo el «jugo mortífero» (en realidad, ácido cianhídrico), mediante el prensado de los tubérculos, antes de elaborar la masa con la que se confeccionaba la torta de *cazabe*. Esta «yuca brava» era la dominante en las islas, pero se hallaba también presente en la parte oriental de las costas de Tierra Firme. Por el

contrario, en la costa del Pacífico, en los valles interandinos y en el occidente de Centroamérica, se cultivaba solamente «yuca dulce», o yuca *boniato*, aplicando la denominación tapina anteriormente comentada, es decir, la variedad que se podía comer sin peligro, prescindiendo del tratamiento previo del prensado. Las propiedades nutritivas de la mandioca, las características de su cultivo y la bondad del «pan» que se elaboraba con ella, hicieron de este tubérculo, y aún hoy en día sigue siéndolo, la base alimenticia de un buen número de poblaciones americanas. Sin embargo, como hemos apuntado, su adopción en Europa ha sido mucho más limitada que en el caso de la batata o el maíz, los otros dos productos de los que nos hemos ocupado en esta primera parte de nuestro trabajo sobre los alimentos americanos.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- ESTRELLA, EDUARDO* (1986), El pan de América. Etnohistoria de los alimentos aborígenes en el Ecuador, Madrid, Consejo Superior de Investigaciones Científicas.
- HALLER, ALBERT VON* (1965), Los grandes descubrimientos en el campo de la alimentación, Madrid, Espasa-calpe.
- MARTÍNEZ, MAXIMINO* (1979), Catálogo de nombres vulgares y científicos de plantas mexicanas, México, Fondo de Cultura Económica.
- PARDO TOMÁS, JOSÉ; LÓPEZ TERRADA, MARÍA LUZ* (1992), Las primeras noticias sobre plantas americanas en las relaciones de viajes y crónicas de Indias (1493-1553), Valencia, Instituto de Estudios Documentales e Históricos sobre la Ciencia.
- PATÍÑO, VÍCTOR MANUEL* (1964), Plantas cultivadas y animales domésticos en América equinoccial. II. Plantas alimenticias, Cali, Imprenta Departamental.